



Der Stern von Bethlehem

Ein Zeichen des Himmels
oder einfach Astronomie?
Eine Erklärung

18

Barbara Bleisch
Gedanken
über das
Leben

12

*Feines von Foooby
zum Fest*

38

REZEPTE



TITELBILD KEYSTONE ILLUSTRATION CORINA VÖGELE FOTOS FOOPY, JOËL HUMM

ZU SILVESTER
**Essbares
Glück**
43



Keine
News mehr
verpassen
mit unserem
Newsletter

NEWSLETTER



AKTUELL

- 7 **Editorial**
- 8 **Pinnwand**
- 11 **Kolumne**
Silvia Aeschbach
- 12 **Interview**
Barbara Bleisch,
Schweizer Philosophin
- 18 **Titelgeschichte**
Dem Stern von
Bethlehem auf der Spur

ESSEN UND TRINKEN

- 28 **Chuchichäschtle**
Die Zeit des Schwelgens
- 30 **Chüelschrank**
Genussvolles
Dies & Das
- 34 **Vorsätze 2025**
Neues Jahr, neue
kulinarische Ideen
- 38 **Feine Festidee**
Nüsslisalat-Bruschette
- 41 **Fingerfood-Rezept**
Rüebli-Randen-
Häppchen
- 43 **Little Fooby**
New-York-Crackers

FOKUS

- 46 **Region**
- 52 **Taten statt Worte**
Naturaplan punktet in
vielerlei Hinsicht
- 55 **Nachgefragt**
Preissenkungen von
Coop im Jahr 2024

LIFESTYLE

- 57 **Trend**
Kuschliges für
die Feiertage
- 59 **Digital**
Von Youtube zu MP3 –
so gehts oder eben nicht
- 64 **Weihnachtspätzel**
Mitmachen und einen
tollen Preis gewinnen
- 67 **Hesch gwüsst?**
Wie das Wachs bei
einer Kerze schmilzt
- 69 **Horoskop**
- 70 **Schlusspunkt**
Schreiber vs. Schneider

Barbara Bleisch hat auf vieles
eine Antwort, die Philosophin
hat aber auch viele Fragen.



12



59 **Songs von Youtube als
MP3 speichern? Leichter
gesagt, als getan.**

20 WEIHNACHTEN

FOTO HEIMER H. SCHMITT

EDITORIAL



SILVAN GRÜTTER
CHEFREDAKTOR

silvan.gruetter@coop.ch

Feiern Sie!

Egal, ob Sie an den Weihnachtsmann, den Osterhasen oder den Stern von Bethlehem glauben (mehr dazu ab Seite 18). Aber Sie sollten Weihnachten feiern.

Das Leben ist doch wie eine Zugfahrt: Sie steigen ein, suchen sich ein Plätzchen und los gehts. Reisende kommen dazu, andere steigen wieder aus. Und irgendwann ist Endstation. Wann der letzte grosse Bahnhof erreicht ist, liegt nicht in unseren Händen. Aber es liegt an uns, was wir auf dieser Reise machen. Wir können uns über unsere Mitreisenden ärgern, die sich zu laut unterhalten. Oder wir können uns in unsere Handys verkriechen und dieser Welt ganz entsagen. Oder aber wir schauen einfach mal, was um uns herum passiert. Und sehen plötzlich das Abendrot über den Bergen. Oder das Lächeln in einem Gesicht.

Das Leben ist, was wir daraus machen. In guten und in schlechten Zeiten. Und deshalb sollten Sie auch Weihnachten feiern. «Solche Rituale sind der einzig halbwegs verlässliche Zugriff auf die Zukunft: Egal, wie sehr die Welt aus den Fugen scheint – alle Jahre wieder kommt der Samichlaus und wird es wieder Weihnachten», sagt die Schweizer Philosophin Barbara Bleisch im grossen Interview (ab Seite 12). Also: Feiern Sie. Und zwar richtig.

Herzlich

IMPRESSUM

Coopzeitung – Publikationsorgan der Coop-Gruppe Genossenschaft

Coopzeitung Herausgeberin Coop Genossenschaft, 4002 Basel, Rebecca Veiga Verleger Patrick Wehrli

Redaktion Postfach, 4002 Basel, coopzeitung@coop.ch, www.coopzeitung.ch

Chefredaktor Silvan Grütter Art Direktor Michael Adams Abonnementsdienst T 0800 400 400,

www.coopzeitung.ch/aboservice Kundendienst Coop Postfach, 4002 Basel T 0848 888 444*,

www.coop.ch/kontakt Kundendienst Supercard und Hello Family Postfach 160, 4132 Muttens, T 0848 880 440*,

www.supercard.ch, (*nationaler Tarif). Über die Rätsel und Wettbewerbe wird keine Korrespondenz geführt.

Informationen zur Datenbearbeitung und zum Datenschutz finden Sie in unserer Datenschutzerklärung

unter: www.coop.ch/de/unternehmen/datenschutz.html



**Spendenpaket
kaufen und
armutsbetroffenen
Menschen in der
Schweiz helfen!**



Eine gemeinsame Aktion von

SRG SSR



Schweizerisches Rotes Kreuz

coop

«Ich habe viel mehr Fragen als Antworten»

Philosophin Barbara Bleisch über die Magie von Weihnachten, unsere Willensschwäche bei den Neujahrsvorsätzen und ihre Lieblingsweisheit.

TEXT ANDREAS W. SCHMID
FOTOS JOËL HUNN



Barbara Bleisch mag nicht urteilen, wie man Weihnachten feiert. Es sollte einfach nicht nur um Konsum gehen.

Barbara Bleisch, was wäre eine Welt ohne Weihnachten?

Weihnachten ist ja nicht überall auf der Welt von Bedeutung. Für viele änderte sich ohne dieses Fest nichts. Man kann aber fragen: Was wäre die Welt ohne die Idee von Weihnachten? Für die jüdische deutsch-amerikanische Philosophin Hannah Arendt fand sich das Versprechen, dass man in der Welt Vertrauen haben darf, nirgends schöner als in der Weihnachtsbotschaft: «Uns ist ein Kind geboren.» Für sie kann jeder Mensch auf-

grund der Tatsache, dass wir als Kinder in die Welt kommen, ein Anfang sein und die Welt zum Besseren wenden. An Weihnachten könnten wir in ihrem Sinn darüber nachdenken, ob wir aus dieser Möglichkeit – unserer eigenen «Natalität» – etwas machen oder nicht.

Aber haben diese christlichen Feiertage überhaupt noch Ihre Berechtigung? Immer mehr Menschen haben ja keinen religiösen Bezug mehr zu ihnen.

In einer pluralistischen Gesellschaft, in der viele Kulturen zusammenleben, wird zu diskutieren sein, wie es gelingt, dass alle ihren religiösen Praktiken nachgehen können. Jene, die nicht religiös sind, freuen sich in aller Regel aber auch über Feiertage. Es wird ja niemand genötigt, die entsprechenden Rituale zu begehen.

Was, wenn diese Entwicklung weitergeht und nur noch eine verschwindende Minderheit religiös ist? Wird Weihnachten dann

irgendwann verbannt, oder wird es einfach durch säkulare Festtage ersetzt?

Das wird sich zeigen. Es gibt viele Feiertage, von denen viele schon jetzt nicht mehr wissen, woher der Brauch stammt. Denken Sie nur an die Basler Fasnacht oder ans Zürcher Sechseläuten. Wer nicht mitmacht, nutzt den freien Tag einfach anders. Die gemeinschaftsbildende Kraft, die solche Traditionen auch mal hatten, nimmt allerdings ab, wenn immer weniger sich aktiv beteiligen.

Ich behaupte: Ob man nun an Gott glaubt oder nicht – Weihnachten ist irgendwie magischer als die anderen Feiertage. Haben Sie eine Erklärung dafür?

Zum einen ist Weihnachten symbolisch das «Fest der Liebe». Im Fokus steht nicht zuletzt die Frage: Wem möchte ich etwas schenken, ein Zeichen geben, Danke sagen? Zum anderen hat Weihnachten mit dem Kerzenlicht und dem ganzen Kitsch und Glitzer sicher einen Magieüberschuss – der einigen allerdings auch zu viel werden kann.

Ihr Philosophenkollege Christoph Quarch aber warnt vor dem Verlust des sinngemässen Weihnachtsfeierns: «Wenn bei einer Feier nicht mehr der Geist genährt wird oder die Seele Nahrung findet, dann bleibt uns am Ende nichts anderes mehr übrig, als uns die Bäuche vollzuschlagen.» Hat er recht?

Ein feines Essen unter Freunden kann geistreich sein und tief berühren, obwohl man sich dabei auch den Bauch vollschlägt. (Lacht.) Ich mag nicht urteilen, wie Weihnachten zu verbringen ist. Sicher sollte es im Leben nicht vorrangig um Konsum gehen, und wir alle kennen die Leere, die sich einstellt, wenn uns Gespräche hohl und oberflächlich erscheinen. Aber Weihnachten ist auch nicht immer der beste Moment, um in tiefe Gespräche zu finden – zu unterschiedlich sind vielleicht die Verwandten, die an einem Tisch zusammenkommen. Was verbindet, ist dann vielleicht grad das gemeinsame Essen.

Dazu passend die Frage: Was kommt bei Ihnen an Weihnachten auf den Tisch?

Am 24. feiern wir im kleinen Rahmen, und jedes Familienmitglied übernimmt einen Gang. An den anderen Feiertagen treffen sich mehr Verwandte, auch da gibt es kein festes Menü. Ausser dass alle beitragen zur Guetzliplatte.

Rituale wie dieses Guetzli-Backen oder das Christbaum-Schmücken gehören fest zu Weihnachten.

Wie wichtig sind diese Rituale?

Es gibt Menschen, die sich an ihrem Zwangscharakter stören, aber ein Ritual ohne Verbindlichkeit ist keines. Und wenn es um religiöse oder kulturelle Rituale geht, dann ist der kleine Zwang der Preis, den wir dafür zahlen müssen, dass es einige Momente in unserem Leben gibt, in denen wir wissen, was zu tun ist, ohne dafür als Individuen verantwortlich zu sein. Das kann auch entlastend sein. Ich jedenfalls schätze Rituale und mag es, dass sie von ihrer Wiederholung le-

ben. Sie sind der einzig halbwegs verlässliche Zugriff auf die Zukunft: Egal, wie sehr die Welt aus den Fugen scheint – alle Jahre wieder kommt der Samichlaus und wird es wieder Weihnachten.

Und jedes Jahr gibt es Geschenke. Auch bei Ihnen?

Natürlich. Ich halte nichts davon, sich nichts zu schenken à la «Wir haben doch schon alles!». Es geht beim Schenken ja nicht darum, Haushaltslücken zu schliessen, sondern Beziehungen zu bestärken, indem man sich überlegt, worüber sich das Gegenüber freuen würde. Das kann auch etwas Symbolisches sein, eine Geste, gemeinsame Zeit.

Gerade im Zusammenhang mit den Geschenken ist tatsächlich oft der Vorwurf zu hören, dass Weihnachten nur noch eine Kommerzveranstaltung sei. → Seite 14

ANZEIGE

coop mobile

pro Monat ab **18.95**

Grenzenlos – unsere Angebote für Europa!

+ 6 GB in

Jetzt direkt bestellen unter **0800 361 361**

Keine Mindestvertragsdauer, Anrufe aus der Schweiz nach EU/UK sind nicht inkludiert. Classic + EU Pass: Unlimitierte Anrufe/SMS innerhalb CH/EU/UK oder von EU/UK in die Schweiz. 6 GB in CH/EU/UK ohne Verfall, 18.95 statt 37.90/MT. Europe Plus: Unlimitierte Anrufe/SMS/Internet innerhalb CH, 6 GB in EU/UK pro Monat. 29.95 statt 64.90/MT.

→ Klar geben die Geschäfte und der Onlinehandel alles, um uns zum Kaufen zu verführen. Die lichterhelle Innenstadt mit Glühwein, Konzerten und Marktständen verzaubert aber auch viele. Ausserdem sind wir frei, Weihnachten anders zu feiern. Warum nicht einmal Weihnachten im Wald feiern mit einem Fondue auf dem offenen Feuer? Man muss dazu natürlich frühzeitig das Gespräch mit den anderen suchen. Manche hängen an Traditionen und möchten nichts ändern. Und gerade für alte oder alleinstehende Menschen kann es bitter sein, an Weihnachten allein zu sein. Ich finde deshalb: An diesem Tag sollten Kompromisse möglich sein, damit niemand allein bleibt.

«An Weihnachten sollten Kompromisse möglich sein.»

Auf Weihnachten folgt der Übergang ins neue Jahr – und damit die Zeit der guten Vorsätze. 90 Prozent der Vorsätze werden aber nie umgesetzt, habe ich gelesen. Woran krankt die Vorsätze?

Meist werden die Vorsätze negativ formuliert: nicht mehr rauchen, weniger netflixen, nicht mehr zu spät kommen. Wir scheitern dann aber an der eigenen Willensschwäche. Motivierender sind positive Gefühle und Wünsche. Wenn wir uns vornehmen, weniger Süsses zu essen, können wir uns ja fragen: Welche Sehnsucht verbinden wir damit, was lockt uns an der Vorstellung, eine Person zu sein, die den Pralinen widersteht? Und vielleicht merken wir dann: Gar nichts, den Vorsatz reden wir uns bloss ein. Oder noch schlimmer: Andere reden ihn uns ein! Vielleicht entdecken wir aber auch eine Sehnsucht hinter dem Vorsatz, die uns motiviert.

Soll man sich überhaupt etwas vornehmen?

Das hängt vom Leidensdruck ab. Wir leben ja in Zeiten des Optimierungsdrucks. Ich setze dem gern den Wert der Bleibefreiheit entgegen. Nicht alles ist schlecht, wenn es bleibt, wie es ist. Und wenn schon Optimierung, warum denken wir

Barbara Bleisch:
«Der perfideste Imperativ der Leistungsgesellschaft lautet: perfekt performen und dabei erst noch cool bleiben.»



dabei immer an Fitness und Schönheit? Wie wäre es mal, mit Optimierung im Bereich Freundlichkeit?

Wer einen Vorsatz fasst, will etwas besser machen – vielleicht gar bis zur Perfektion. Wann aber kippt ein solcher Perfektionismus ins Negative?

Wenn der Perfektionismus nicht mehr aus der Hoffnung erwächst, etwas gut hinzukriegen, sondern aus der Angst, zu versagen. Die treibende Kraft ist dann Panik vor Misserfolg, und der kleinste Fehler wird zum Grund, mit sich zu hadern und sich selbst abzuwerten. Solcher Perfektionismus ist nicht förderlich.

Ratgeber propagieren denn auch, dass man durchaus mal nicht perfekt sein darf. Die Wirklichkeit ist aber eine andere: Die Leistungsgesellschaft fordert von den Menschen Perfektionismus. Wie sehen Sie diesen Widerspruch?

Es scheint mir kein Widerspruch. Der perfideste Imperativ der Leistungsgesellschaft lautet ja: perfekt performen und dabei erst noch cool bleiben. Aber das geht nicht. Entweder schlampt man und muss damit leben, dass es nicht perfekt wird, oder man will perfekt sein, dann verträgt es aber keine Coolness.

Nehmen Sie sich etwas fürs 2025 vor?

Ich mache mir keine Vorsätze. Ich blättere an Silvester meine Papieragenda durch und lasse Revue passieren, was mich begeistert, berührt und genährt hat. Dann frage ich mich, wie es mir gelingt, diese nährenden Quellen zu verstetigen und vielleicht sogar mehr davon zu finden.

Wer wie Sie an Silvester über sich nachdenkt, stellt sich vielleicht auch die Sinnfrage: Was gibt meinem Leben Sinn? Wie lautet Ihre Antwort darauf?

BARBARA BLEISCH
Bestsellerautorin

Barbara Bleisch (51) ist Philosophin und Buchautorin und moderiert im Schweizer Fernsehen seit 2010 die «Sternstunde Philosophie». Ausserdem ist sie regelmässig in der Philosophie-Sendung «Güiget's?» auf SRF3 zu hören. Im Juli 2024 ist im Hanser Verlag ihr neuestes Buch «Mitte des Lebens. Eine Philosophie der besten Jahre» erschienen. Bleisch hat zwei Kinder im Teenageralter und lebt in Zürich.

Ich glaube nicht, dass etwas meinem Leben Sinn «gibt». Wir müssen unserem Leben selbst Sinn einhauchen. Die Philosophin Susan Wolf sagt, in einem sinnvollen Leben stecken wir Herzblut in Projekte, die objektiv wertvoll sind. Wer sich entweder langweilt oder spürt, dass das, was er tut, wertlos ist, wird sich die Sinnfrage umso mehr stellen.

Ist es nicht Luxus, sich überhaupt mit dieser Frage zu beschäftigen? Viele Menschen müssen doch aus existenziellen Gründen einfach «funktionieren» ...

Ist es Luxus, die Coopzeitung zu lesen?

Es ist eine Notwendigkeit.

(Lacht.) Was ich mit meiner Frage von eben meinte: Vieles von dem, was uns interessiert und uns umtreibt, sind Luxusfragen, klar. Damit sind sie aber natürlich nicht erledigt. Und aus der Beschäftigung mit diesen Luxusfragen kann manchmal die Einsicht resultieren, dass unsere eigenen Probleme so gross gar nicht sind.

Sie setzen sich in Ihrem Buch «Mitte des Lebens» auch mit der Sinnfrage im Lebensabschnitt zwischen Jugend und Alter auseinander. Wie lautet – kurz gefasst – die Antwort für diese Phase des Lebens?

In den mittleren Jahren eines Menschenlebens wird es wichtiger, den Blick zu weiten. Lange Zeit kreisen wir notgedrungen um uns, müssen herausfinden,

welche Ausbildung, Lebensform, welcher Job etcetera zu uns passen. In den mittleren Jahren sind viele dieser Fragen entschieden. Nun wird es wichtiger, zu einem grösseren Ganzen beizutragen und Werte zu schaffen, die sich teilen und weitergeben lassen.

Sie sind promovierte Philosophin. Ist Philosophin ein Traumberuf?

Philosoph ist ebenso wenig wie Historikerin oder Biologe ein Beruf, sondern ein Studienabschluss. Insofern als ich das, was ich mithilfe der Philosophie tue, sehr gern tue, habe ich aber schon einen Traumberuf.

Denken die Leute nicht automatisch, dass Sie auf alles eine Antwort haben müssen?

Manchmal, ja. Dann muss ich sie enttäuschen. Wenn es mir gelingt, die richtigen Fragen zu stellen, bin ich schon zufried-

den. Die Antworten lassen oft lange auf sich warten.

Auf welche Frage haben Sie noch keine Antwort gefunden?

Ich habe viel mehr Fragen als Antworten! Generell finde ich, die Leute sind sich in vielem zu sicher. Sich immer mal wieder fragen: «Könnte ich mich irren?» Und versuchen, die eigene Meinung zu begründen – das sind gute Übungen gegen Überheblichkeit und Besserwisserei.

Wie lautet Ihre philosophische Lieblingsweisheit?

«Alles beginnt mit der Sehnsucht.» Ein Ausspruch der deutsch-jüdischen Dichterin Nelly Sachs. Die Sehnsucht motiviert und trägt uns – mehr als alle rigiden Vorsätze zusammen.

Barbara Bleisch, wir danken Ihnen für das Gespräch. ●

ANZEIGE

Marken in Aktion bei Coop.

Dienstag, 24. Dezember, bis Sonntag, 29. Dezember 2024, solange Vorrat



*Biozide vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.